



bellezza

Testo di Claudia Bortolato

www.ecostampa.it

15%

*dei cosmetici riguarda
i trattamenti viso,
il 17% quelli corpo
(dati Unipro)*

Mentre applichiamo il contorno occhi, o massaggiamo il tonificante per il seno, spesso sorge la domanda: è davvero indispensabile parcellizzare il nostro corpo e trattarlo con prodotti diversi? Non potremmo usare, per esempio, la crema mani sui piedi o viceversa? O quella per il viso anche sul contorno occhi? Lo abbiamo chiesto a due esperti. Le risposte le trovate nelle pagine seguenti

ogni zona...
la sua crema
MA È DAVVERO COSÌ?

Folio-Id

» Se metti la crema mani sui piedi... NON ELIMINI LE RUVIDITÀ

Le estremità reclamano prodotti specifici: con filtri UV per le mani, con leviganti ed esfolianti per i piedi

Nella zona plantare, mani e piedi sono privi di ghiandole sebacee, quindi si seccano e disidratano con facilità. Ma a differenza dei piedi, le mani sono più suscettibili all'aging e a irritazioni per il contatto con sostanze aggressive, l'esposizione no-stop agli Uv e, d'inverno, al freddo e agli sbalzi di temperatura. Inoltre i frequenti lavaggi compromettono il film idrolipidico facilitando le screpolature», osserva la dermatologa Magda

Belmontesi. I piedi invece soffrono per lo sfregamento con calze e calzature. Inoltre, lo spessore dello strato corneo della pianta, soprattutto nei talloni, favorisce ispessimenti e fissurazioni (i fastidiosissimi "taglietti").

Scopri le differenze «Le creme mani per il giorno devono contenere filtri UV, per contrastare il fotoaging e la formazione di macchie, e sostanze idratanti e nutritive, per esempio aloe, vitamine A ed E e oli addolcenti, restitutivi e riepilizzanti, come quello di riso o avocado», dice il cosmetologo Umberto Borellini. Per i piedi, invece, sono indicati ingre-

dienti esfolianti e leviganti, come gli acidi della frutta, con burri e grassi naturali, per esempio quello di karitè, e vitamine come la A, che nutrono e contrastano le screpolature. «Sono importanti anche gli oli essenziali, che allontanano i cattivi odori e contrastano la proliferazione di funghi e batteri. Indicati tea tree, lavanda e canfora», continua l'esperto.

Usale così Applica la crema mani dopo ogni lavaggio. Prima asciugala bene: fuori casa, evita i getti di aria calda che seccano la pelle. Massaggia insistendo su unghie e pellicine (il contatto con l'acqua indebolisce la cheratina delle unghie). Per i piedi effettua un gommage 2-3 volte la settimana: rimuovendo le cellule morte preveni il problema degli ispessimenti eccessivi, e facilita anche la penetrazione delle creme. Queste vanno applicate tutti i giorni con un massaggio dalla pianta alle caviglie.



» Se metti la crema viso sul contorno occhi... PUÒ FAVORIRE I GONFIORI

Meglio non usare il prodotto per il viso sulla zona perioculare: sono diversi lo spessore del derma e la manifestazione dei segni del tempo

Lo spessore della pelle del contorno occhi è meno della metà di quello delle altre zone del viso e il suo film idrolipidico è estremamente delicato. La zona è poi soggetta allo stress meccanico della mimica facciale, che influisce sui depositi di collagene. Ecco perché l'area sguardo è tra le prime a invecchiare. «Anche prima dei 30 anni possono affiorare zampe di gallina, occhiaie. Il grasso intorno all'occhio, poi, tende a scivolare verso il basso creando le borse», spiega Magda Belmontesi. «Per il contorno occhi, dunque, occorrono creme diverse».

Scopri le differenze Mentre per la scelta della crema viso devi considerare la sua natura (grassa, secca, mista...), per il contorno occhi basati sul problema. Spiega Umberto Borellini: «Per prevenire le rughe si ricorre ad acido ialuronico, collagene e polidrossiacidi come il gluconolattone, e agli antiossidanti,

come l'acido alfa lipolico e la vitamina E, che stimolando i fibroblasti proteggono dal fotoaging. Per rughe già formate sono indicati i complessi ad azione simil-botox (peptidi). Contro le occhiaie: vitamina K, che attenua l'aspetto grigiastro, e flavonoidi, che

incentivano la microcircolazione e proteggono i capillari». Se gli ingredienti sono simili, è di certo differente la consistenza: per il contorno occhi creme più leggere e non grasse (favoriscono i gonfiori).

Usale così Metti prima il contorno occhi, picchiettandolo con i polpastrelli. Se ha un applicatore a sfera (per un massaggio drenante e rinfrescante) esegui dei movimenti rotatori. Poi, con un massaggio dal basso verso l'alto, su collo e viso stendi una crema specifica per la tua pelle: da giorno, con un filtro solare medio anche d'inverno e da notte con attivi come i derivati del retinolo, l'acido glicolico, gli alfa e beta idrossiacidi, leviganti ed esfolianti.



0,2

MILLIMETRI È LO SPESSORE DELLA PELLE NELLA ZONA DEL CONTORNO OCCHI RISPETTO AL 1/2 MILLIMETRO DELLE ALTRE PARTI DEL VISO

» Se metti la crema corpo sul seno... È SCARSAMENTE EFFICACE

Privo di muscolatura propria, il décolleté ha bisogno di prodotti delicati che siano capaci di sostenere i tessuti

Rispetto ad altre aree del corpo, il seno risente della forza di gravità e delle fasi della vita (gravidanza, allattamento, menopausa). «È sostenuto solo da pochi e deboli legamenti che lo ancorano ai muscoli pettorali e dalla pelle che lo riveste e risale al collo», commenta Belmontesi. Oltretutto l'area poggia su una ghiandola che risente dell'azione degli ormoni. Ecco perché devi irrobustire i pettorali e mantenere elastica la pelle del décolleté con prodotti specifici: le creme corpo generiche hanno solo un'azione idratante e nutriente, insufficiente per ricompattare e tonificare. «Inoltre, il seno non ha bisogno di essere drenato o snellito. Anzi, l'adipe che aumenta il volume è generalmente gradito», aggiunge Belmontesi.

Le differenze «Per il seno occorrono prodotti con vitamine come la A, la E, la C, la B5 e il chitosano: idratano e formano un film protettivo e distensivo, che aiuta la pelle nella sua funzione di sostegno», dice Borellini. Indicate anche creme e gel con estratti vegetali, come ginseng, luppolo, salvia, echinacea, olio di soia e riso, ricchi di fitoestrogeni, che ristrutturano il mantello epidermico.

«Utili estratti tonificanti e antiossidanti, come il baobab, e con un effetto vellutante, come la kigelia, che veniva usata dalle donne africane per aumentare il seno», dice l'esperto. Per il corpo invece scegli prodotti secondo le zone da trattare: solo idratanti e nutrienti dopo ogni doccia, oppure anticellulite, snellenti o drenanti, con attivi specifici, come caffeina, carnitina, rusco per gambe, addome, braccia.

Usale così Applicando la crema seno fai un massaggio push up: stendine una noce partendo dal centro del seno e risalisci con un movimento lineare verso la spalla, prima da una parte e poi dall'altra. Prosegui con una serie di gesti a zig zag con il palmo delle due mani: mentre una sale dalla base del seno, l'altra scende dalla clavicola fino a incontrare la prima all'altezza del capezzolo.

Concludi facendo scivolare la mano dalla base del seno verso l'ascella e la spalla (ripetere ogni movimento più volte). Per le altre zone del corpo: su gambe e braccia, applica la crema sempre partendo dal basso verso l'altro, per stimolare e non contrastare la circolazione. Per l'addome: esegui movimenti circolari, dall'esterno verso l'interno.



Corbis (3), Getty

Bagnoschiama o doccia schiuma? Scegli tu

«In linea di massima, tra bagnoschiama e doccia schiuma non esistono grandi differenze», osserva il cosmetologo Borellini. «Certo, alcuni bagnoschiama hanno un contenuto in tensioattivi più elevato rispetto ai doccia schiuma: per questo, attenzione a usarli sempre diluiti nell'acqua della vasca e mai direttamente sulla pelle, per evitare di impoverire il film idrolipidico. Al contrario, i doccia schiuma di buona qualità sono formulati per poter essere usati direttamente sulla pelle». L'ideale è scegliere detergenti delicati: gli oli da bagno, che sono ristrutturanti ed emollienti e adatti anche per le pelli sensibili e molto secche, e i doccia crema, che detergono e ristrutturano il film idrolipidico in superficie, senza seccare la pelle.

B5

È UNA DELLE
VITAMINE CHE
AIUTANO A
SOSTENERE
I TESSUTI
DEL SENO

Segui su Twitter un'esperta di massaggi: @Anastasiafacial